

Sete Versos De Súplica

À

Protetora Tara

༄༅། ༄ྲྀལ་མ་སྲོལ་མ་བདུན་མ་བཞུགས་སོ།།



ཇེ་བཅུན་སྲོལ་མ་དཀར་མོ།

NOBRE SOBERANA TARA BRANCA

## MENSAGEM de S.E. Garchen Rinpoche

"Peço a todos os meus discípulos que recitem a Oração pela Paz Mundial e a Súplica a Tara escrita pelo erudito Atisha Dipamkara Srijnana, o mais possível, não somente para si mesmo quando tiver dificuldade, mas para o benefício de todos os seres e as dificuldades do mundo inteiro. Recitar estas orações somente para si mesmo não será de grande ajuda.

Recitar estas orações como parte de sua prática diária. "Durante este tempo de degenerescência, castigado pela pandemia e pelo aquecimento global, é muito especial recitar estas preces para o benefício de todos os seres e do mundo"

### Prece pela Paz Mundial



ཨྲ། །མ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ན། །  
 དུམ་རྗེ་བཅུན་ལྷ་མོ་སྐྱོལ་མ་བཞུགས།  
 དེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྤྱོད་མ།  
 བདག་འཇིགས་པ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

1. Nobre Deusa, Mãe Tara,  
 Vós habitais no reino do Dharmadhatu - Esfera Mãe Primordial  
 Vós, que conferes a felicidade a todos os seres sencientes,  
 Por favor, protege-me de todos os medos!

རང་ཚོས་སྐྱེ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པར།  
 སེམས་ཉོན་མོངས་དབང་དུ་གྱུར་བ་ཡི།  
 མ་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ།  
 དུམ་ལྷ་མོ་བྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

2. Deusa Mãe, por favor, proteja os seres sencientes,  
 Minhas mães que vagueiam pelo saṃsāra,  
 Com suas mentes controladas pelas aflições, motivo pelo qual  
 Não reconhecem que eles mesmos são o Dharmakaya!

ཚོས་སྤྱིང་ནས་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར།  
 ཐ་སྐྱད་ཚོག་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས།  
 སྲུབ་མཐའ་ངན་པས་བསྐྱུས་པོ་ལ།  
 དུམ་ཡང་དག་གི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

3. Deusa Mãe Genuína, por favor, proteja aqueles  
 Que seguem [só] os significados convencionais das palavras  
 E [por isso] são enganados pelos dogmas errantes,  
 Pois o Dharma não nasceu em seus corações genuinamente.

རྟོགས་པར་དཀའ་བ་རང་གི་སེམས།  
 མཐོང་ནས་གོམས་པར་མི་བྱེད་པར།  
 བྱ་བ་ངན་པས་གཡེང་བ་ལ།  
 དུམ་དྲན་པའི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

4. Deusa Mãe atenta, por favor,  
 Proteja aqueles que apesar de terem percebido a natureza da mente,  
 Que é tão difícil de realizar, não se familiarizam com esta,  
 E continuam distraídos com as atividades negativas!

སེམས་རང་བྱུང་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལ། །  
 གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས།  
 ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བཅིངས་པ་རྣམས།  
 བྱགས་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

5. Deusa da mente não-dual, por favor,  
 Proteja aqueles que, sem saber o que fazer,  
 Estão vinculados às tendências habituais dualistas da mente,  
 Que é a [própria] sabedoria primordial não dual auto manifestada.

ཡང་དག་གི་དོན་ལ་གནས་བྱས་ཀྱང།  
 རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མི་ཤེས་པས།  
 ཤེས་བྱའི་དོན་ལ་ཚོངས་པ་ལ།  
 དུམ་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

6. Deusa Mãe onisciente, por favor,  
 Proteja aqueles que permanecem na verdade autêntica,  
 Porém desconhecem a interdependência de causa e efeito e, portanto,  
 Permanecem cegos ao significado daquilo que deve ser conhecido!

སློས་བྲལ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན།  
 ཐམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱིས།  
 ད་དུང་སློབ་མའི་གང་ཟག་ལ།  
 དུམ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

7. Detentora das características do espaço [que é] incondicionado,  
 Aberto e acolhedor, e por haver essa mesma natureza, é indivisível de tudo,  
 Ó Perfeita Mãe Buddha, por favor,  
 Continue a proteger os discípulos e os seres!

ཞེས་བ་ཨི་ཚུང་ཡུག་ཏུ་རྗེ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོས་འཕགས་མ་སློལ་མ་བདུན་ཞལ་གཟིགས་དུས་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པ་སྐབས་བདུན་མར་གྲགས་པ་བྱིན་བརྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གྲགས་ས།

*Quando o Senhor Jigten Sumgon<sup>1</sup> estava na caverna de Echung e teve a visão das sete Taras, ele  
 as suplicou com esta prece conhecida como os Sete Versos de Súplica à Protetora Tara. Esta  
 prece é amplamente conhecida por suas bênçãos extremamente poderosas.*

<sup>1</sup> Jigten Sumgön ou Jigten Gönpo foi o fundador da linhagem Drikung Kagyu e principal discípulo de Phagmo Drupa. Fundou o mosteiro Drikung Thil em 1179. Jigten Sumgön e a linhagem Drikung são mais conhecidas pelo conjunto de ensinamentos conhecidos como Os Cinco Caminhos Profundos de Mahāmudrā.

། ཨོ། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྟོབ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལ།།  
 ངན་སོང་སློ་འགོགས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།  
 མཐོ་རིས་ལམ་འདྲན་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།  
 ཏྲ་ཏུ་བྱིད་ཀྱིས་སྟོངས་པར་མཛོད།  
 ད་དུང་ཕྱགས་རྗེས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

OM. Homenagem a vós que protegeis e liberais dos oito medos!

Homenagem a vós que esplendeis com glória auspiciosa!

Homenagem a vós que fechais a porta para os destinos infelizes!

Homenagem a vós que conduzis aos reinos superiores!

Vós sempre estivestes ao meu lado.

Por favor, continue desta maneira, protegendo-me com vossa compaixão!

འདི་ནི་པཎ་ཆེན་མོ་པོ་རྗེས་གསུངས་སོ།།

*Isto foi ensinado pelo grande Pandita Atisha Dipamkara Srijnana*

ཨ་ན་མོ་ཡུ་རྫོང་རྒྱ་ར་ཡེ།  
 དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱུར་རྒྱ་ར་མ།།  
 འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྐབས་སྣ་མོ་སྤྱགས་རྗེ་ཅན།།  
 བརྒྱ་ཅུ་མཚན་གྱིས་འཇིགས་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས།།  
 སྐྱོབ་མཛད་མ་ཉོད་སྤྱགས་རྗེས་བདག་ལ་དགོངས།།  
 Namo Arya Taraye!

Mãe dos Buddhas dos três tempos,  
 Senhora Tara, aquela que protege contra os oito medos.  
 Por favor, Deusa compassiva, cujos cem nomes protegem de todo  
 Medo e sofrimento, cuide de mim com vossa compaixão!

བདག་ལ་བཟང་ངན་འབྲེལ་ཐོག་ཐམས་ཅད་གྱི།  
 འདི་ཕྱི་བར་དོ་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ།།  
 འབྲེལ་མེད་སྤྱགས་རྗེས་བྱང་ཞིག་རྗེ་བཙུན་མ།།  
 ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།།  
 བསམ་པ་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།།

Nobre Senhora, possuidora da compaixão indiscriminada, cuide de todos  
 Aqueles que são conectados a mim em todas as circunstâncias, seja  
 Naquelas boas que naquelas ruins, nesta vida, naquelas futuras e no bardo!  
 Pacificai os obstáculos externos, internos e secretos, e conceda as  
 Bênçãos para que todos os desejos se realizem espontaneamente.

འོད་གསལ་རྗེ་རྗེས་གསུངས་པ་ལ་མགར་རྒྱན་ནས་གཞན་དོན་ལ་དམིགས་ཏེ་ཁ་བསབས་པའོ།།  
*Levando em consideração o benefício de outros, o Velho Gar expandiu as palavras  
 originalmente pronunciadas por Ösel Dorje.*

། ཀྱ་ཡེ། ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མ་མ་ཁྱོད།  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བྱ་ལྷར་བརྟེ་ཆེན་མ། །  
 བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་སློབ་ལས་ཀུན་སློལ་ཏེ།  
 གཞན་ཕན་འགོ་དོན་ཁྱོད་དང་མིའམ་པར་ཤོག།

Ó, Mãe dos Buddhas dos três tempos.

Vós que amais todos os seres sencientes como uma mãe ama seu filho:

Que eu possa me liberar da malha de ferro que apreende a existência de entidade intrínseca,<sup>2</sup>

Que minhas ações possam beneficiar os seres e se igualarem às suas.

དད་ལྡན་སློབ་མས་གསོལ་བ་ཏུ་བ་གང་བསམ་འགྲུབ། མགར་མིང་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་རང་ནས་བྲིས།

*Que as preces dos discípulos que oram com fé sejam realizadas. Escrito por Konchog Gyaltzen, aquele que se chama Gar.*



*Mantra em tibetano, no centro está a sílaba semente TAM circundada pelo mantra.*

<sup>2</sup> Isso equivale a “**Asseidade**” (do latim *a se*, “por si”) ou aseidade (forma não-preferível) é atributo divino essencial e fundamental, que consiste precisamente em derivar sua existência de si mesmo, ou, identicamente, existir por si próprio, sem qualquer nexo exigível ou necessário de causalidade e efetividade, e vem a ser na compreensão teológica, prerrogativa exclusiva de Deus, em razão do que é um dos atributos incomunicáveis. <https://www.dicionarioinformal.com.br/asseidade/>



*(Bia: Em geral se visualiza esse mantra – com as letras em vertical – sobre um disco de lua horizontal, na altura do coração de Tara a sua frente, e também no seu coração)*



*Sílaba semente TAM*



ॐ तरे तुतरे तुरे ममा अयुर पुन्ये ग्याना पुस्तिम कुरु स्वाहा

OM TARE TUTTARE TURE MAMA AYUR  
PUNYE GYANA PUSTIM KURU SWAHA

OM! Oh Tara, rápida libertadora da dor, por favor, faça com que o meu tempo de vida, a minha sabedoria e meus os méritos aumentem.

### **BREVE SIGNIFICADO MANTRA PALAVRA POR PALAVRA**

OM: representa a combinação dos três sons puros que significam o corpo, a fala e a mente sagrada.

TARE: significa liberação do samsara, e ao fazê-lo, Tara nos libera da insatisfação e do sofrimento.

TUTTARE: significa liberação dos oito pensamentos perigosos: orgulho, inveja, ódio, avareza, visões errôneas, cobiça, dúvida e obscurantismo.

TURE: significa liberação de doença física e mental; das aflições e perturbações mentais; da ignorância e das ações negativas.

MAMA: significa "meu", ou em outras palavras, "eu gostaria de possuir as seguintes qualidades".

AYUR significa "vida longa".

PUNYA (Tibetano: PUNYE) significa mérito que vem de viver a vida de forma ética.

JNANA (Tibetano: GYANA) significa "sabedoria".

PUSHTIM (Tibetano: PUNTIN) significa "aumentar".

KURU significa "fazê-lo!" ou "fazê-lo agora!".

SVAHA (Tibetano: SWAHA) significa "granizo", ou seja, "que as bênçãos desçam sobre mim".

## AVALOKITESHVARA – CHENREZIG

། བྱུག་སྟོང་འཁོར་ལོ་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་།།  
 སྐྱུན་སྟོང་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་།།  
 རྣམ་མཁའ་ལྷ་བྱ་ཁྱོད་པའི་བརྗེ་བ་ཅན།།  
 སེམས་དཔའ་སྐྱུན་རས་གཟིཌ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།།

Seus mil braços são os mil reis que giram a roda.

Seus mil olhos são os mil Buddhas desta era afortunada.

Seu amor é sem limites como o espaço.

Eu suplico ao Bodhisattva Chenrezig.

རིགས་དྲུག་སྟོལ་བྱེད་པར་བྱིན་དྲུག་གི་སྟོང་པོ་ནི།

*O âmago da essência das Seis Perfeições que libera das seis categorias do samsara:*

ཨོ་མ་ཎི་བདེ་ཏུ་ཏུ

OM MANI PADME HÜM HRĪ

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །  
 སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།།  
 འགོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་བ།།  
 དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

Por esta virtude, posso rapidamente

Realizar o estado do Vitorioso Chenrezig

E que eu possa conduzir todo ser sem

Exceção a esse estado.

*Esta prece de Chenrezig foi modificada por Garchen Rinpoche em 2008.*



*Foto de Bia Bispo – Chenrezig a mil braços, Templo Budista – Mcleodganj- Índia, junho 2021*

*Compilação de imagens e tradução para o português por @Bia Bispo em 22 de junho de 2021. Mcleodganj - Índia. Desde já, peço desculpas por alguns erros que vocês poderão encontrar e que foram a mim despercebidos.*

*Os méritos acumulados com essa tradução são dedicados para um mundo mais saudável e mais pacífico e que todos os seres sejam livres de todos os tipos de sofrimentos e possam logo renascer na Esfera Pura da infinita Mãe Primordial.*

Sarva Mangalam

@Tradução de Bia Bispo, Junho 2021